

贈閱

你想增福嗎？



# 百忍勸世文

人間和氣福運開。家中吵鬧便生災。  
暗中再加鄰居笑。定規沒有好日來。  
夫妻姻緣前生定。夫唱婦隨萬事成。  
百世修來共船渡。千世修來共枕眠。  
丈夫不可嫌妻醜。妻子切莫嫌夫貧。  
妻予醜陋前生定。夫家貧苦命生成。  
命好不到貧家去。命窮難進富貴門。  
夫為家門圖發達。妻勤節儉助良人。  
平心思念姻緣美。等級無分敬如賓。

◎請：「一天之中不生氣惱、不出惡言、家庭和氣」

◎忍即身之寶、不忍即身之殃



# 五福臨門

所謂五福，就是下列五項：

- 一、長壽：命不夭折，且福壽綿長。
- 二、富貴：錢財富足，且地位尊貴。
- 三、康寧：身體健康，且心靈安寧。
- 四、好德：時常行善，廣積陰德。
- 五、善終：臨命終時，心裡沒有牽掛，安祥地離

開。

五福以「好德」爲最重要。因爲「德」是「



獲得不可思議的福報。行善不一定要出錢，如把馬路的石頭搬開，把香蕉皮拿走，見人夫婦不和時，勸其協好。待人和氣、盡忠職守、勸人爲善等。我們要幫助的對象，是比我們困苦的，所以千萬不要認爲「我沒有多少錢，等到我有剩餘的錢，再來助人吧！」那你就永遠沒有機會助人的，「五福」永遠不會「臨門」。事實上，命越壞的人，越須發心幫助人。雖然，你只幫助他「一百元」，但這若是你的全部財產，你的善行，比大富翁樂捐一千萬更值得尊敬，也更有福報。



助人，並不是一以錢的多少來決定，而是以您所發的誠心和善心的大小來決定。」

在我看命經驗中，無論事業、金錢、健康、夫妻、兒女，沒有一個人是十全十美的。有的人事業很順利，但是家裡卻有一個體弱多病的妻子，還有惹事生非的孩子。有的人，子女很孝順、上進，卻有一個不長進（好賭、好色或酗酒）的先生，有的家財萬貫，卻沒有孩子承歡膝下，或本身身體欠佳，整天躺在床上，醫生也無能為力。有的人先生非常體貼、孩子又孝順。可是自己



把肚子當藥厨，怎麼樂得起來呢！甚至，發了一筆大財，正想享福時，突然發生意外，嗚呼哀哉！「家家有本難念的經」，真是一點也不錯。

聰明的人，他知道「知足」，逆來順受，不過分強求，也不必羨慕人家，甘於節儉的生活。更聰明的人，他懂得這是業障深重，所以他恭敬三寶（佛、法、僧），自求懺悔，盡量做善事，把業障消除，使「好運」提前來到。如果你現在覺得自己過得很如意，那更應該尊敬三寶，一心念佛，盡量行善，使你的好運連綿不絕。因為這



是隙於你宿世佈施、恭敬三寶，一心念佛的善果，所謂「欲知前世因，今生受者是；欲知後世果，今生作者是。」就是這個道理。

「兒孫自有兒孫福」，如果他「命好」的話，你不必留給他什麼，只要他努力，就能富貴順心。如果「命不好」，即使給他龐大的財產，也會傾家蕩產，甚至喪失了生命。尤其兄弟分產，更應順其自然，公平分配，才不會鈎心鬥角。曾經有一老人，因特別疼愛其三子，田地由老三先選，他精挑細選，選了一塊最靠路邊的地，因為



他認為增值最快。不幸，這塊地被政府徵收，爲擴建道路用地。更不幸地是在三十幾歲一病不起而死了。好在他兄弟慈善，分一些地給他的孩子。如果當時他能公平分配，命運或可不必如此。當然，我並不是鼓勵您，把您辛苦的積蓄花光，而是把「它」用在最有意義的地方，並且多鼓勵孩子，待人以誠，盡忠職守，孝順父母，隨緣助人，我相信這比留給他龐大的財產更有助益。如果您想盡孝，讓父母臨終無痛苦且福壽綿長，那你就勸您的父母行善。



如果您想夫婦和諧，家庭永遠平安、快樂，那你就得鼓勵您的另一半一起行善。

如果您希望您的孩子，將來一帆風順，就教他隨時隨地尊敬長輩，愛護別人，幫助別人。

如果您希望您的女兒，結婚後，能事事如意，就先教他「一定孝順公婆」，我相信再難侍奉的公婆，也會感動的。

如果您沒有孩子，渴望有一個孩子，只要您多行善，您就有機會得到善良的孩子。

如果您現在想做善事，就把我所寫的內容，



告訴您的左鄰右舍或親朋好友，勸他們行善吧！如果您希望把您的慈悲心擴大，請與我們連絡。也歡迎您參加我們助印的行列。謝謝！以下幾點，是我最近讀佛書所得，願與大家共勉之。

一、「勢不可倚盡，福不可享盡。」當我們有勢時，不可仗勢欺人。當我們有錢時，不要奢侈、浪費、注重自己的享受。（享受物質就是在消福報。）

二、「欺人是在消福，學吃虧是積福。」



三、「發了一次脾氣，等於生了一場重病。」所以我們應學忍辱，別人無端辱罵我們、冤枉我們，我們應該感謝他，因他替我們消災、積福。

四、行善貴乎不求爲人所知。必須發乎真誠、自然，事後不牢記在心裡。則雖小善，福報也大。若懷有企圖行善，施恩望報，雖終生行善，而福報有限。這叫做陰隲。

五、古德曾說：「保藏的東西，不一定屬於自己。」因爲財產是屬於五家共有的：火一來，



就化成灰燼；水一來，就被沖走了；盜賊一來，就被搬空了；若遇貪官污吏，也會被構陷侵佔；若生不肖子，則傾家蕩產。所以，只有佈施濟衆，才是真正屬於自己的。這深深想一想就了解。

六、無福之人，凡事往壞的一面想，因此只有痛苦與失敗。有福之人，凡事往好的一面看，則人生自有許多巧妙的境遇。轉禍爲福，轉危爲安。



▲「見賢思齊焉，見不賢而內自省也」。看到別人做了有意義的事，我們應心存恭敬、讚歎之心。不但不可嫉妬，反而應反省，我自己是不是也這樣做。如果我和他一樣，就該自我安慰。萬一我沒有做到，我應該向他學習。這是喜心。看到別人做了損人利己的事，我們不可批評他，而應反省自己是不是和他一樣，如果是就應該改正過來，以後不再犯錯。「守口業、修口德」所謂見賢思齊是很重要的。如果我們做了很多善事，但是常說人之短或說騙人的話，你的福報會越



說越少。我奉勸各位：「靜坐常思己過，閒談莫論人非」，對於足以傷害到他人的評語，尤其尊長，千萬不可批評。

▲對於別人的勸告，我們應虛心接受。如果他勸告我們，是出於「愛心」，即使是罵我、打我，也應衷心感激。千萬不可認為自己年齡大、學歷高、有社會地位，就高高在上。自以為聰明，認為自己所作所為都是對的，這是可憐又可悲的。「人非聖賢，孰能無過」，不怕做錯事，只怕不能改過。孔聖人所謂擇善而固執。



▲「能饒人處且饒人」，如果你常原諒別人無心的過失，不與他計較，他定會受你感化，這種不花錢的善事，何樂而不爲？如伯夷、叔齊「不念舊惡，怨是用悉」，意思是伯夷、叔齊不計較別人的過惡，所以沒有怨敵。如果我們有「以德報怨」的精神，則社會安寧。

當你看完此書——

爲民贈閱一九九〇年

也會想到助印善書的意義。

重書：功德無量



# 華陀長壽歌

鳥飛猴跳熊慢走，貓抓狗蹲獅搖頭  
老虎撲食馬踢腿，活到百歲不要愁

根據多位百歲以上老人話示，得到十大保健要訣：

- (一) 少肉多菜 (二) 少糖多果 (三) 少鹽多酢 (四) 少食多齟
- (五) 少言多行 (六) 少煩多休 (七) 少怒多笑 (八) 少衣多澡
- (九) 少慾多施 (十) 少車多步

世人為能依此要訣，活到百歲不成問題。

贛人贈



◎ 誦經之前。先念淨口淨身安土地真言。以正身心

淨口業真言

唵。修利修利摩訶修利修利薩婆訶

淨身業真言

唵。修多利修多利修摩利修摩利娑婆訶

淨意業真言

唵。嚩日囉怛訶賀斛。

安土地真言

南無三滿多沒馱喃唵度嚩度嚩  
地尾薩婆訶

(解說・唵音同嚩)



白衣觀音大士靈感神咒

南無大慈大悲救苦救難廣大靈感觀世音菩薩摩

訶薩 三稱三拜

南無佛 南無法 南無僧 南無救苦救難觀世音

菩薩 怛埵哆 唵 伽囉伐哆 伽囉伐哆 伽訶

伐哆 囉伽伐哆 囉伽伐哆 娑婆訶 天羅神

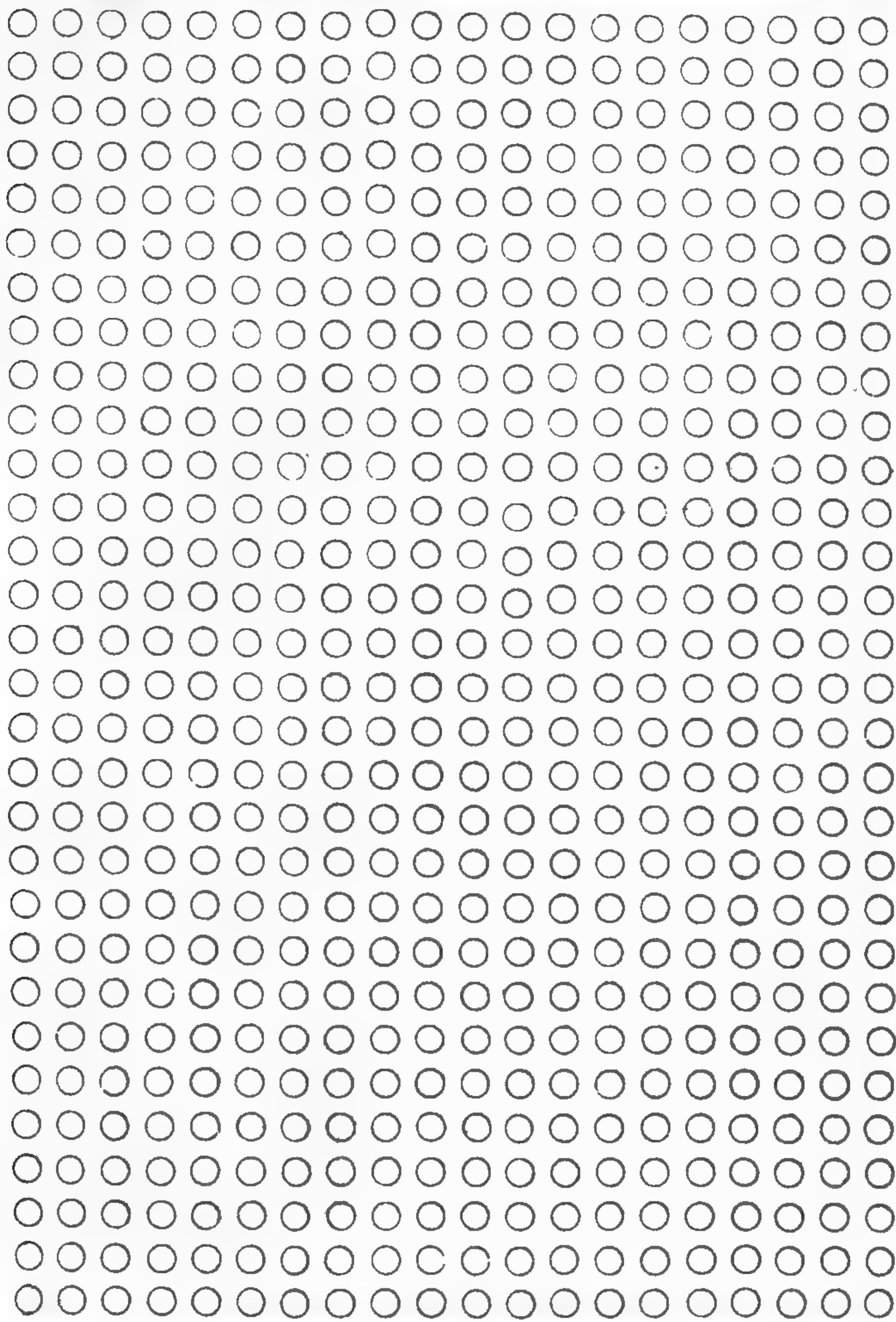
地羅神 人離難 難離身 一切災殃化為塵

南無摩訶般若波羅蜜



虔誦十二編用紅硃填一圏

（每日必須正心、誠意、虔誦、切不可間斷。）



應必求所愿一爲圈各滿填



伽<sup>カ</sup>毗<sup>ヒ</sup>彌<sup>ミ</sup>南<sup>ナ</sup>

那<sup>ろ、</sup>迦<sup>ハ</sup>利<sup>カ、</sup>無<sup>フ</sup>

十一 蘭カマ 都カメ 阿カエ

根<sup>出</sup>帝<sup>力</sup>波<sup>久</sup>彌<sup>口</sup>

女 八 女 八

夕<sup>セ</sup> 毗<sup>ヒ</sup> 多<sup>タ</sup>  
 次<sup>ジ</sup> 阿<sup>ア</sup> 四<sup>シ</sup> 波<sup>ハ</sup>

迦<sup>ヤ</sup> 阿<sup>ア</sup> 婆<sup>ハ</sup>  
利<sup>リ</sup> 師<sup>シ</sup> 占<sup>セン</sup>

利カ彌ニ阿又夜ニ

三 喇<sup>カ</sup>彌<sup>ミ</sup>

娑 哆 利 娑

婆タテ 九 哆カメ 他タメ

訶<sup>ハ</sup> 毗<sup>ヒ</sup> 五 伽<sup>カ</sup>

伽采多

之 忘 夕  
蘭 眈 夜

蘭 乾 夜  
夕 波 一

夕アセ 晏アセ 一

十 毗 ス 哆 カ

伽<sup>カ</sup> 八<sup>ハ</sup> 地<sup>チ</sup>

彌<sup>一</sup>阿<sup>×</sup>夜<sup>一</sup>

膩<sup>三</sup>彌<sup>二</sup>他<sup>支</sup>

土 利<sup>力</sup> 三

伽<sup>カ</sup> 嚧<sup>カ</sup> 阿<sup>カ</sup>

七

淨土往生神咒

發愿回向文

愿消三障諸煩惱

愿得智慧真明了

普愿罪障悉消除

世世常行菩薩道



# 想要了解佛法请到

## Where You Can Learn About Buddhism

1. 新加坡佛教总会  
**Singapore Buddhist Federation**  
12 Ubi Avenue 1 Singapore 408932  
TEL: 6744 4635  
6744 4159
2. 新加坡佛教福利协会  
**Singapore Buddhist Welfare Services**  
105 Punggol Road Singapore 546636  
TEL: 6489 8161
3. 光明山普觉寺  
**Kong Meng San Phor Kark See Temple**  
88 Bright Hill Drive Singapore 579644  
TEL: 6458 4454
4. 佛教图书馆  
**Buddhist Library**  
No 2 & 4 Lor 24A Geylang Singapore 398526  
TEL: 6746 8435
5. 药师行愿会  
**Buddha of Medicine Welfare Society**  
No.11 Lorong 25 Geylang Singapore 388293  
TEL: 6741 9969
6. 福海禅院  
**Foo Hai Ch'an Monastery**  
87 Geylang East Ave 2 Singapore 389753  
TEL: 6748 6676
7. 护国金塔寺  
798( old) Tampines Road Singapore 518475  
TEL: 6582 0988
8. 阿弥陀佛佛教中心  
**Amitabha Buddhist Centre**  
494D Geylang Road Singapore 389452  
TEL: 6745 8547
9. 海印学佛会  
**Sagaramudra Buddhist Society**  
No.12 Lorong 24-A Geylang Singapore 398536  
TEL: 6741 7303
10. 新加坡佛光山  
**Fo Guang Shan (Singapore)**  
146B Paya Lebar Road #06-01 ACE Building Singapore 409017  
TEL: 6842 3725
11. 灵峰般若讲堂  
**Ling Feng Prajina Auditorium**  
28 Leng Kong Dua (Off Jln Kembangan) Singapore 417705  
TEL: 6445 2597
12. 慧明讲堂  
**Hui Ming Buddhist Society**  
No.64 Lorong 24-A Geylang Singapore 398588  
TEL: 6743 7193
13. 慧严佛学会  
**The Mahaprajna Buddhist Society**  
No.11 Lorong 35 Geylang Singapore 387943  
TEL: 6748 6625
14. 自度庵  
**Tse To Aum Temple**  
601 Sin Ming Drive Singapore 575719  
TEL: 6454 7666
15. 普济寺  
66 Lorong G Telok Kurau Road Singapore 423788  
TEL: 6447 2387



16. 莲池阁寺  
**Lian Chee Kek Buddhist Temple**  
36B Paya Lebar Crescent Singapore 536190 TEL: 6288 5971
17. 观音禅林  
203D/417D Lavender Street Singapore 338763 TEL: 6392 0265  
6764 0739
18. 毗卢寺  
**Bee Low See Buddhist Temple**  
71-B Jalan Jurong Kechil Singapore 598588 TEL: 6466 2288
19. 新加坡净宗学会  
**Amitabha Buddhist Society (Singapore)**  
No.2 Lorong 35 Geylang Singapore 387934 TEL: 6744 7444
20. 大悲佛教中心  
**Tai Pei Buddhist Centre**  
No.2 Lavender Street Singapore 338823 TEL: 6298 3343
21. 龙山寺  
**Singapore Long San Shi**  
No.371 Race Course Road Singapore 218641 TEL: 6298 9371
22. 中华佛教会  
23 Kreta Ayer Road Singapore 088994 TEL: 6225 0671
23. 菩提佛院  
**Pu Ti Buddhist Temple**  
No.121-C Punggol Road Singapore 546637 TEL: 6386 3392
24. 观音亭  
245-A Alexandra Road Singapore 159933 TEL: 6475 3826
25. 大众学佛研究会  
**People's Buddhist Study Society**  
No.25 Lorong 22 Geylang Singapore 398682 TEL: 6746 9352
26. 净名佛学社  
**Cheng Beng Buddhist Society**  
20-24 Lorong 27A Geylang Singapore 388112 TEL: 6748 5132
27. 新加坡佛教青年弘法团  
**Singapore Buddhist Youth Mission**  
3306 Commonwealth Ave West Singapore 129583 TEL: 6775 5557
28. 慈济文化志业中心 (新加坡)  
**Tzu Chi Cultural Mission (Singapore)**  
No.25 Trengganu Street Singapore 058476 TEL: 6227 0974
29. 新加坡佛教居士林  
**Singapore Buddhist Lodge**  
17-19 Kim Yam Road Singapore 239329 TEL: 6737 2630
30. 志愿佛教徒协会  
**Society of Buddhist Volunteers**  
26B Kim Keat Road Singapore 328844 TEL: 6254 6737
31. 禅定佛学会  
**Samadhi Buddhist Society**  
58 Joo Chiat Lane Singapore 428109 TEL: 6348 0631
32. 新加坡佛教坐禅中心  
**Singapore Buddhist Meditation Centre**  
No.1 Jalan Mas Puteh Singapore 128607 TEL: 6778 3330



## 印造佛经佛像之十大利益

- (一) 从前所作种种罪过。轻者立即消灭，重者亦得转轻。
- (二) 常得吉神拥护，一切瘟疫、水火、寇盗、刀兵、牢狱之灾，悉皆不受。
- (三) 夙生怨对，咸蒙法益，而得解脱，永免寻仇报复之苦。
- (四) 夜叉恶鬼，不能侵犯，毒蛇饿虎，不能为害。
- (五) 心得安慰，日无险事，夜无恶梦，颜色光泽，气力充盛，所作吉利。
- (六) 至心奉法，虽无希求，自然衣食丰足，家庭和睦，福禄绵长。
- (七) 所言所行，人天欢喜。任到何方，常为多众倾诚爱戴，恭敬礼拜。
- (八) 愚者转智，病者转健，困者转亨，为妇女者，报谢之日，捷转男身。
- (九) 永离恶道，受生善道。相貌端正，天资超越，福禄殊胜。
- (十) 能为一切众生，种植善根。以众生心，作大福田，获无量胜果。所生之处，常得见佛闻法。直至三慧宏开，六通亲证，速得成佛。

印造经像，既有如此殊胜功德，故凡遇○祝寿○贺喜○免灾○祈求○忏悔○荐拔之时，皆宜欢喜施舍，努力行之。



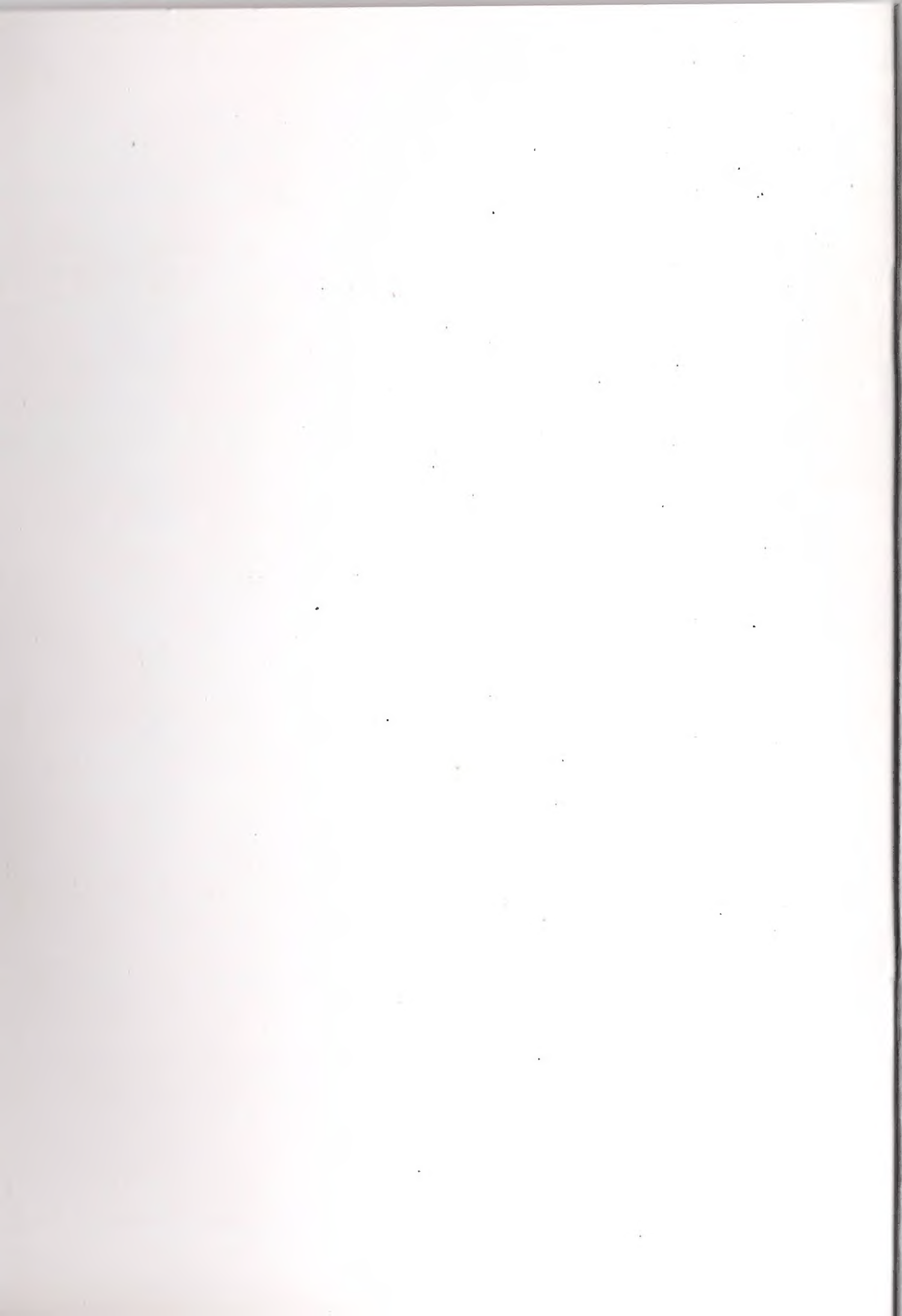
## ◎存心忍耐歌◎

忍一句。禍根從此無生處。饒一着。切莫與人爭強弱。  
耐一時。火坑變作白蓮池。

退一步。便是人間修行路。任他嗔。任他怒。只管寬心大着肚。終日被人欺。  
神明天地知。若還存心忍。步步得便宜。世人欺我。害我打我罵我騙我。如何處之。  
。禪師答曰。只管任他。憑他遠他莫理他。再過幾年。看他。身穿破衲襖。淡飯隨時飽。涕唾在臉上不棄自乾了。有人來罵我。我也只說好。有人來打我。我自先睡倒。他也省氣力。我心無煩惱。這個波羅蜜。就是無價寶。能依這忍字。一生過到老。

聽聽聽。堂前父母須當敬。兄弟同胞要一心。枕邊讒言休要聽。  
天天天。天意與人無兩般。爲人莫作虧心事。舉頭三尺有青天。  
由由由。也有歡喜也有愁。世間苦樂不均事。萬物從天不自由。  
命命命。五行八字皆前定。切莫計算他人有。富貴貧窮都是命。  
安安安。夜間一宿日三餐。非干己事休招惹。身得安時夢也安。  
分分分。今生衣祿前生定。休將巧計害他人。兒孫自有兒孫分。  
守守守。命裏有時終須有。莫恨貧苦恐爺娘。兒孫兄弟常相守。  
己己己。別人閒事不要理。休言長短笑他人。何不將心量自己。







助印善書，是布施；  
布施，能生歡喜心；  
歡喜心，能生慈悲心；  
慈悲心，助我們修行！

國營印刷承印

4035 Ang Mo Kio Ind. Park 1 #01-51  
Singapore 6454894. Tel: 64548608, 64548894